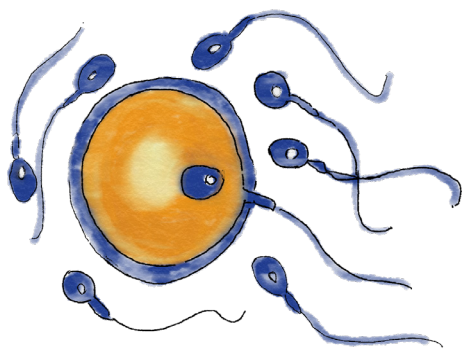


Les méthodes contraceptives

La contraception permet d'éviter la grossesse. Pour qu'une grossesse survienne, il faut que les spermatozoïdes de l'homme rencontrent l'ovule de la femme.



Différents moyens permettent d'éviter la grossesse:

- Méthodes barrières:** on met un obstacle mécanique qui empêche la rencontre entre les spermatozoïdes et l'ovule. Il s'agit surtout des préservatifs masculins et féminins (qui sont efficaces à plus de 99%).
- Méthodes hormonales:** certaines doses d'hormones sont administrées pour bloquer l'ovulation (efficaces à 90% - 95%).

Les deux méthodes peuvent être utilisées simultanément.

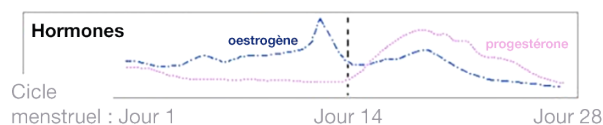
L'efficacité d'une méthode contraceptive est, en grande partie, consécutive à l'usage correct de la méthode.

Les méthodes barrières permettent d'éviter les grossesses non désirées et servent également de protection contre les maladies sexuellement transmissibles (comme la syphilis, le VIH-SIDA, la gonorrhée ou la chlamydia, entre autres) et l'infection par le virus du papillome humain, et donc, du risque de cancer du col de l'utérus.

Comment les méthodes hormonales affectent-elles le cycle menstruel?

Deux principaux types d'hormones sont chargées de réguler le cycle menstruel de la femme: la progestérone et les oestrogènes.

L'augmentation d'oestrogènes prépare l'utérus à une éventuelle grossesse et à ovuler, tandis que l'augmentation de la progestérone le prépare à l'ovulation en attente de tomber enceinte. Si la femme ne tombe pas enceinte, les hormones diminuent, entraînant le saignement de la paroi interne de l'utérus, que l'on appelle les règles (ou menstruations).



Les méthodes hormonales contiennent les mêmes hormones produites par notre organisme, mais qui sont administrées par voie externe, à doses fixes, ce qui prévient ou bloque l'ovulation. En plus de la prévention des grossesses, elles sont utilisées pour réguler le cycle hormonal chez les femmes qui souffrent de règles irrégulières, douloureuses ou trop abondantes ou fréquentes. Elles peuvent aussi être utilisées pour traiter certains troubles liés aux changements hormonaux, comme l'acné ou le syndrome des ovaires polykystiques.

À quoi devez-vous faire attention?

Elles n'empêchent pas la grossesse si l'on commence à les utiliser après un rapport sexuel non protégé. Pour qu'elles soient efficaces, il faut les utiliser avant d'avoir des rapports sexuels. Dans le cas contraire, vous devez prendre la pilule du lendemain, qui contient aussi des hormones, mais à des doses plus hautes.

Quels sont les différents types de contraception hormonale?

Les combinées (oestrogènes et progestatifs): les pilules contraceptives, le patch et l'anneau vaginal.

Ceux qui contiennent uniquement un progestatif: les pilules progestatives, l'implant sous-cutané, l'injection hormonale et le dispositif intra-utérin (DIU).